8. Como la fragua depura el oro, así la práctica de la oración descubre el celo y el amor de los monjes para con Dios (Escala del Paraíso, Grada 18).

SAN ISIDORO DE SEVILLA, Dr. (m. 636)

San Isidoro sucede a su hermano San Leandro en la sede episcopal de Sevilla. Preside los Concilios II de Sevilla y IV de Toledo y reorganiza la Iglesia española, preocupándose principalmente por la formación de los clérigos. Copilador famoso de la ciencia de la antigüedad, Maestro por antonomasia de la Edad Media que recibió a través de sus obras la cultura y doctrina patrística y aún profana. Toda la Edad Media se nutrió de los Diccionarios que Isidoro recopiló (PL 81-84).

Es necesario que el monje dedique al trabajo tiempos determinados y otros a la oración y a la lectura, pues el monje debe tener tiempos oportunos para cada obligación (Reg.).

1. *La oración:* Este es el remedio para el que es asediado por el incentivo de los vicios: Aplicarse a la oración cuantas veces le asalta algún vicio, ya que la oración frecuente neutraliza el ataque de éstos.

2. Conviene aplicar nuestro ánimo a la oración y la súplica con tal perseverancia que lleguemos a superar con firmísima voluntad las molestas sugestiones de los deseos carnales que se insinúan a través de los sentidos, e insistir todo tiempo hasta que las venzamos con nuestra tenacidad, ya que una súplica negligente ni siquiera logra conseguir de los hombres lo que desea.

3. Cuando uno ora, invoca la asistencia del Espíritu Santo. Mas tan pronto como El llega, al punto se desvanecen las tentaciones de los demonios que asaltan el alma humana al no poder soportar la presencia de aquél.

4. Orar es propio del corazón, no de los labios, pues Dios no atiende a las palabras del que suplica, sino al corazón del que ora. Pero si el corazón ora en secreto y la voz se calla, aunque (la plegaria) se oculte a los hombres, no pude ocultarse a Dios, que está presente en la conciencia. Efectivamente, es preferible orar interiormente en silencio, sin sonido de palabras, que con solas las palabras, sin aplicación de la mente.

5. Nunca se ha de orar sin lágrimas, pues el recuerdo de los pecados engendra aflicción; mientras oramos recordamos las culpas, y entonces nos reconocemos más culpables. Así, pues, cuando comparecemos ante Dios, debemos gemir y llorar al acordarnos cuan graves son los crímenes que cometimos y cuan terribles los suplicios del infierno que tenemos.

6. El alma, cual se presenta en la oración, así debe mantenerse después de ella. Porque de nada aprovecha la oración si reiteradamente se comete el pecado del que nuevamente se pide perdón. Aquél, sin duda, percibe el futuro que espera de la plegaria que no reitera con sus faltas lo que pide se le perdone en la oración.

7. Nuestra alma es celestial, y entonces contempla rectamente a Dios en la oración cuando no está embarazada por ninguna preocupación o extravío terreno. En su propio ambiente está dispuesta para el bien, en otro distinto se turba.

8. Es pura la oración cuya práctica no impide los cuidados del mundo, mas está lejos de Dios el ánimo que durante la oración se halla distraído con pensamientos terrenos. Entonces, pues, oramos sinceramente, cuando no pensamos en otra cosa. Pero son muy pocos los que oran así; y aunque se dan algunos, es difícil, no obstante, que siempre sea así.

9. El alma que antes de la oración, alejada de Dios, se entretiene con pensamientos torpes, cuando se entrega a la oración le asaltan las imaginaciones que recientemente tuvo, dificultándole el libre acceso a la plegaria, a fin de que su espíritu no se eleve libremente al deseo celestial.

10. Por ello, en primer lugar se ha de purificar el ánimo y apartarlo de la consideración de los asuntos temporales, para que con pureza de intención se dirija a Dios verdadera y sinceramente. Porque entonces en realidad confiamos poder conseguir los dones divinos cuando nos presentemos en la oración con sencillez de afecto.

11. De múltiples maneras se distrae la atención en la plegaria cuantas veces las vanidades del mundo invaden el ánimo de quienquiera que practique la oración. Pero entonces el diablo sugiere con más ahínco al espíritu humano el pensamiento de los cuidados temporales cuando se da cuenta que uno está orando.

12. De dos maneras se anula el fruto de la oración: si se cometen pecados o si no se perdona al que le ofendió. Doble vicio que, si uno aleja de sí, fácilmente alzará libre el ánimo hacia las peticiones que con su plegaria espera conseguir.

13. El que es injuriado no deje de orar por los que le injurian; pues, según la sentencia del Señor, peca quien no ora por los enemigos.

14. Así como no hay remedio provechoso para aquella herida que todavía tiene dentro la metralla, así de nada sirve la oración de aquél en cuyo ánimo persiste el dolor y el odio en su corazón.

15. Tan grande debe ser el amor a Dios del que ora, que no debe desconfiar del resultado de la plegaria: porque en vano hacemos oración si no tenemos confianza en ella. Así, pues, pida cada uno con fe, sin titubear lo más mínimo, pues el que duda se asemeja al oleaje del mar, que el viento provoca y dispersa a la vez (Sant. 1,6).

16. La desconfianza en la oración se origina por conservar en el alma aun cierto efecto al pecado. En efecto, no puede

albergar segura confianza quien todavía es indolente en el servicio de Dios y se deleita con el recuerdo del pecado.

17. No merece recibir lo que pide en la oración quien se aparta de los preceptos de Dios, ni puede conseguir el favor que pide a Aquél cuya ley no obedece. Si realizamos lo que Dios manda, sin duda conseguimos nuestras peticiones, porque, como está escrito, *es abominable la oración de aquél que se aparta de la ley* (Prov. 28, 9).

18. En el servicio de Dios se encarecen necesariamente estas dos cosas: que las obras se apoyen en la oración, y la oración en las obras...

19. La oración nos purifica y la lectura nos instruye; ambas cosas son excelentes, pero si no hubiera tiempo para todo, puede suprimirse la lectura, pero no la oración.

20. El que gusta de estar siempre con Dios, debe orar con frecuencia, y asimismo leer. Porque cuando oramos, somos nosotros los que hablamos con Dios; cuando leemos, es Dios quien habla con nosotros.

21. Todo el aprovechamiento proviene de la lectura y de la meditación, porque con la lectura aprendemos las cosas que ignoramos, y con la meditación conservamos las que hemos aprendido (Sent. 3, 7 y 8).

22. Mientras oramos nos fortalecemos nosotros y el enemigo se debilita, pero en dejando de orar, nos debilitamos nosotros y él recobra sus fuerzas. La oración asidua enflaquece las fuerzas de la tentación y del tentador. Este es el remedio contra los ardores de los vicios.

23. Cuantas veces nos acometan y nos quieran abrasar con su fuego, otras tantas hemos de orar y suplicar a Dios, porque la frecuencia de la oración apaga los incentivos de la tentación.

24. La oración es el azote del enemigo, el sostén del pecador, la consolación del prójimo, el sacrificio de alabanza que se ofrece a Dios.

25. La oración frecuente disminuye las fuerzas de los ataques de los vicios, fortifica la buena voluntad y es la coraza del alma. Por eso, en ningún momento anda el demonio tan solícito en distraernos con la memoria de las cosas temporales como cuando nos dedicamos a la oración (Sent. 3).

26. El orden de la Misa y de las oraciones, con las que las ofrendas se consagran a Dios, primeramente fue establecido por San Pedro. Su celebración se realiza del mismo modo en todo el mundo.

27. La primera oración es de advertencia a los fieles para que se estimulen a implorar a Dios. La segunda es la invocación a Dios para que acoja las preces y oblaciones de los fieles. La tercera se ofrece por los mismos oferentes o por los difuntos para que obtengan el perdón.

28. La cuarta se presenta como ósculo de paz, para que, reconciliados todos mutuamente por la caridad, se unan dignamente en el sacramento del cuerpo y sangre de Cristo, porque el cuerpo indivisible del Señor no acepta disensiones en los fieles. La quinta se aplica a la santificación de la oblación, en la cual todas las criaturas terrestres y todas las potestades celestes son invitadas a alabar a Dios, y se canta el *Hosanna in excelsis*, porque al nacer el Salvador de la familia de David, la salvación ha llegado al mundo entero.

29. La sexta realiza el sacramento para que la oblación que se ofrece a Dios, santificada por el Espíritu Santo, se convierta en el Cuerpo y Sangre de Cristo. La última oración es el Padrenuestro, con la que el Señor enseñó a orar a sus discípulos. En esta oración, como dicen los Santos Padres, se contienen siete peticiones. En las tres primeras se piden cosas celestiales,

en las cuatro siguientes se piden cosas temporales, aunque se piden para conseguir las cosas eternas (Migne, 83, 752-53).

30. *La oración a María, signo de predestinación.* —¡Oh María, cuya intercesión no es rechazada ni la oración desoída...! Si confío en Ti, oh Madre de Dios, seré salvo. Defendido por Ti, nada temeré. Con tu protección y auxilio perseguiré y pondré en fuga a mis enemigos, porque tu devoción es un arma de salvación que Dios concede a los que quiere salvar (*Melús: Orar con María*).

Ora sin cesar continuamente; ruega a Dios siempre noche y día, y sea tu oración constante, repetida y tan frecuente que nunca dejes de la mano las armas de la oración.

Insiste en ella una y otra vez, apóyate en ella con asiduidad, y siempre gimiendo y llorando, levántate de noche a tus preces.

Vela y ora; pasa las noches en plegarias y preces y dedícate a vigilias nocturnas.

Vuelve a orar apenas hayas cerrado los ojos un poco; porque la oración frecuente desvía los dardos del diablo y vence sus armas la oración continua. Esa es la fuerza primera contra el asalto de las tentaciones, y ella es el arma principal contra los intentos de los enemigos.

La frecuencia en las plegarias arroja los espíritus inmundos, y la constancia en la oración triunfa de todos ellos. Contra ella son los demonios vencidos y derrotados, y es la que prevalece contra todo mal (*De los sinónimos*).

SAN SOFRONIO (m. 638)

San Sofronio, patriarca de Jerusalén, envió una larga carta al patriarca de Constantinopla en forma de profesión de fe que fue aprobada por los Padres del VI Congreso Ecuménico celebrado en Constantinopla en el 680-681 (PL 87).

¡Oh, Virgen, eres bendita entre todos! Eres bendita entre las mujers, pues has cambiado la maldición de Eva en bendición; has hecho que Adán, que yacía herido por su pecado, por medio de Ti sea bendecido. Verdaderamente bendita Tú eres entre las mujeres, pues por medio de Ti la bendición del Padre ha brillado para los hombres y los ha liberado de la antigua maldición... ¿Qué puede haber más excelente que esta gracia que Tú sola has alcanzado? ¿Qué puede haber mayor, más amable o espléndido que esta gracia?...

Por todo ello, contemplando tus prerrogativas tan excelentes, que destacan sobre todas las criaturas, te aclamo con el mayor entusiasmo: Alégrate, llena de gracia, el Señor está contigo; pues Tú eres la fuente del gozo para los hombres y para los ángeles... Tú fuiste la abrogación de la severa condena y la causa de la reconciliación del género humano, fuente de unión con el Creador *(Melús. Orar con María).*

SAN MAXIMO EL CONFESOR (m. 662)

San Máximo (580-662), llamado "el Confesor" por su gran valentía en defender la fe contra los monotelistas, es el último de los grandes teólogos de la Iglesia griega, antes de San Juan Damasceno. Después de haber hecho serios estudios sobre los autores profanos, se formó en las ciencias eclesiásticas con la lectura de los Padres del siglo IV (San Gregorio Nacianceno y San Gregorio Niseno), pero, principalmente con la meditación de las obras del Pseudo-Dionisio Areopajita, quien le es deudor del establecimiento de su autoridad en la Iglesia. Las obras de San Máximo se hallan en PG 90-91.

1. Es imposible que la mente se dedique a Dios perfectamente si no adquiere estas tres virtudes: el amor, la continencia y la oración; pues el amor suaviza la ira, la continencia domina

las pasiones y la oración despoja la mente de los pensamientos y la presenta desnuda ante Dios. Estas tres virtudes contienen a todas las demás y sin ellas la mente no puede dedicarse a Dios...

2. La oración produce la gracia de unir la mente a Dios libre de todos los pensamientos. Cuando la mente, así desnuda, conversa con Dios, se vuelve semejante a Dios, le pide cosas apropiadas y no deja de orar. Por eso el Apóstol manda orar sin interrupción (1 Tes. 5, 17), para que teniendo unida la mente a Dios, nos vayamos separando poco a poco de las pasiones terrenas. ¿Y cómo podrá la mente orar sin interrupción siendo así que al recitar salmos, en la lectura, en la conversación, en el servicio se distrae con muchos pensamientos e imaginaciones?... La oración es ininterrumpida cuando la mente se adhiere a Dios con mucha piedad y amor, pone su esperanza en él y en él confía en todas sus obras y sucesos ("Libro ascético", n.º 19, 24, 25: Pg. 90, 925-932).

3. Hay dos estados superiores de oración pura: uno corresponde a los activos y otro a los contemplativos. El primero le viene al alma por el temor de Dios y la buena esperanza; el segundo por el amor divino y la más intensa purificación. Los signos del primer modo son hacer oración sin interrupción ni distracciones con la mente recogida de todos los pensamientos mundanos y poniéndose en la presencia de Dios que está presente. Los signos del modo segundo son que en el mismo impulso de la oración la mente sea arrebatada por la luz divina e infinita y que no tenga ninguna sensación ni de sí misma, ni de ningún otro ser, sino tan sólo de Aquel que por el amor obra en ella tal claridad. Entonces, pensando incluso en Dios, obtiene sobre él representaciones puras y claras (Centuria II, De charitate, 6: PG 90, 985).

4. Se dice *"la oración operativa del justo tiene mucho poder"* (Sant. 5, 16). De dos modos es operativa: el primero es cuando el que ora presenta a Dios sus peticiones cumpliendo los mandamientos y acompañado de obras, de modo que su oración no

quede inerte e insustancial con sólo palabras vanas y vacíos sonidos de la boca, sino eficaz y viva animada por las obras de los mandamientos. Pues la esencia de la oración y la petición consiste claramente en el cumplimiento de los mandamientos por la práctica de las virtudes. Así el justo hace que su petición sea potente, todopoderosa y operativa en los mandamientos. El otro modo es cuando uno pide oraciones a un justo y a la vez él practica las obras de la oración corrigiendo su vida anterior y haciendo potente la petición del justo, pues la fortalece con su propia conversión hacia el bien. No ayuda a la oración del justo si el que la ha pedido se deleita en los vicios más que en las virtudes (...). Es una estupidez, por no decir una locura, que uno pida la salud con oraciones de los justos y a la vez se esté complaciendo interiormente en cosas que causan la muerte, o que pida el perdón de aquello de lo que se gloría de tener manchada el alma. Lo que procede es si se pide la oración de un justo, no hacerla ineficaz y estéril por la propia complacencia en el pecado, sino hacerla eficaz y poderosa de modo que vuele en las alas de las propias virtudes y llegue hasta aquel que puede conceder el perdón de los pecados (Centuria III De Charitate, 80-83: PG 90, 1296-7).

5. La oración mental es como el resplandor del sol: si la hacen desaparecer las preocupaciones sensibles como nubarrones sin agua, entonces la mente pierde su claridad propia (Gapita alia, 79).

6. El alma sujeta a las pasiones no puede entrar por la puerta estrecha de la oración mientras no se desprenda de las preocupaciones de la naturaleza; de lo contrario estará sufriendo, dando vueltas a su alrededor sin poder entrar (Ibíd. 80).

7. El ayuno voluntario es la fuerza de la oración; y la fuerza del ayuno está en no ver ni oír nada innecesario de este mundo. Quien no tiene cuidado de esto no tiene base firme para el ayuno y destruye los cimientos de la oración (Ibíd. 81).

8. Si el alma no se vacía de las cosas sensibles, no puede elevarse y conocer su propia dignidad (Ibíd. 82).

9. La oración acompañada de lágrimas echa fuera del alma los pensamientos malos; pero los introduce en ella la superficialidad de la risa; quien elimina ésta, elimina a la vez la causa de todos los males: la locuacidad (Ibíd. 83).

10. El ayuno es símbolo del día porque es visible; la oración lo es de la noche porque es oculta. El que practica ambas cosas, justamente, entrará en la ciudad de los observadores (contemplativos), *"de la que huyeron el dolor, la tristeza y el llanto"* (Is. 51, 11). (Ibíd. 84).

11. El Apóstol nos exhorta a ser pacientes en la fe (Hebr. 12, 1), alegrarnos en la esperanza (Rom. 12, 12) y perseverar en la oración (Col. 4, 2) para que permanezca en nosotros el bien de la alegría. Por tanto, el que no aguanta los males con paciencia, no es fiel; el que no se alegra, no tiene esperanza, pues ha perdido la causa de la alegría que es la oración por no perseverar en ella (Ibíd. 86).

12. Como un niño colgado a unos pechos maternales exhaustos, así es el alma que tiene una oración que no le proporciona consuelos; en el caso contrario se parece al niño que duerme dulcemente en los brazos de su madre (Ibíd. 89).

13. Recuerda a la viuda que litigaba ante el juez injusto (Luc. 18, 3) para que al orar no te desanimes, aunque se retrase el fruto de la oración (Ibíd. 96).

14. No te mantendrás en oración si te entretienes en pensamientos internos o en conversaciones externas; pero ella retornará si por ella cortas con lo superfluo (Ibíd. 97).

15. Si las palabras de la oración no penetran en el seno del alma, no podrán fluir las lágrimas por el rostro (Ibíd. 98).

16. La oración es la llave del Reino de los cielos. El que la posee como conviene vislumbra los bienes reservados a los amigos de la oración. El que no tiene confianza en ella solamente mira las cosas presentes (Ibíd. 100).

17. Como un alimento sin sal para el paladar, así es para el alma la oración sin compunción (Ibíd. 172).

18. La oración simple se parece al pan, porque alimenta a los principiantes (Sal. 104, 15); la que tiene algo de contemplación es como el aceite que hace engordar (Sal. 23, 5); la que no tiene representación sensible es como vino oloroso que extasía a los que se embriagan con él ávidamente (Ibíd. 173).

19. Se dice que el onagro se ríe del tumulto de las ciudades y que al unicornio nadie lo puede atar (Job. 39, 5-9). Así la mente que domina los pensamientos naturales, al orar se ríe de las imaginaciones y no puede ser dominada por nada perteneciente al mundo de lo sensible (Ibíd. 177).

20. El que amenaza con el bastón a los perros, los aleja de sí; el que se esfuerza por orar puramente, hace huir a los demonios (Ibíd. 179) (Capita alia. PG 90, 1417-1444).

21. No puede el cuerpo quedar purificado sin los ayunos y vigilias, ni el alma sin la misericordia y la verdad, ni el espíritu sin la contemplación y el trato con Dios *(PG 90. 1405, n.º 20)*. Y así son muchos los que entregados a la acción, corren en la arena de las virtudes, pero no conseguirá el premio sino quien aspira a lograrlo mediante la oración y altísima contemplación *(col. 1433, n.º 145)*.

22. El hombre de acción podrá cercar su viña con un muro, y protegerla así contra las bestias que representan las pasiones del cuerpo; mas no podrá librarla de las aves o pasiones del alma, si no es hombre de oración y verdadero contemplativo *(col. 1440, n.º 163)*.

23. *El hombre de oración demuestra tener verdadera fe.* Y el que cree con fe viva, teme; se hace manso y humilde y guarda los mandamientos; el que guarda los mandamientos es purificado; el purificado, va siendo iluminado; y el que es iluminado, merece penetrar en la cámara más íntima de los misterios y gozar de los abrazos del Verbo Esposo *(PG. 90. 1089).*

24. Aunque todas las virtudes ayudan al espıritu a conseguir el ardiente amor de Dios; pero más que todas ellas la oración pura. En alas de la oración nuestro espíritu es arrebatado hacia Dios, alejándose de todas las criaturas (1 Cent. 11).

25. Castiga tu carne con el ayuno y la vigilia, entrégate sin descanso a la salmodia y a la oración... (Ibíd. 45).

26. El que ama sinceramente a Dios, ora sin ninguna distracción, y el que ora sin ninguna distracción ama sinceramente a Dios. No ora sin distracción quien tiene su espíritu apegado a algo terreno; luego tampoco ama a Dios quien tiene el espíritu atado a algo terreno (2 Cent. 1).

27. La vida activa no basta para librar perfectamente al espíritu de las pasiones hasta el punto de permitirle poder orar sin distracción, si no se entrega también a meditaciones y contemplaciones espirituales. Aquélla, en efecto, sólo libera al espíritu de la intemperancia y del odio; éstas, en cambio, apartan del olvido y de la ignorancia, de modo que podrá orar como conviene (Ibíd. 5).

28. Dos son los estados más altos de la oración pura: uno el de los activos y otro el de los contemplativos. El primero nace en el alma del temor de Dios y de la santa esperanza (de la felicidad de la gloria). El segundo nace de un ardiente amor a Dios y de una altísima purificación... (Ibíd. 6).

29. El que ama algo, se aferra a ello y no se arredra por ninguna dificultad. El que ama a Dios se entrega a la oración pura y aparta de sí todas las cosas que puedan obstaculizarla (Ibíd. 7).

30. Dicen que el estado más alto de la oración se da cuando el espíritu sale de la carne y del mundo para orar de un modo inmaterial y sin formas. Aquel que mantiene intacto este estado, es el que realmente ora sin cesar (Ibíd. 61).

31. Como el cuerpo al morir se aleja de todas las cosas de esta vida, así el espíritu que muere en la cumbre de la oración se aleja de todos los pensamientos del mundo, pues si no muere esta especie de muerte, no puede encontrar a Dios y vivir (Ibíd. 62).

32. ¡Que nadie te persuada, oh monje, que puedes alcanzar la oración siendo esclavo del placer y de la vanagloria! (Ibíd. 63).

33. *Caminamos por la fe, no por la visión* (2 Cor. 5, 7), y sólo conocemos como en un espejo o enigmas. Por eso debemos esforzarnos mucho para conocer (y amar a Dios). Sólo tras largas meditaciones y consideraciones obtendremos el hábito firme de la contemplación (3 Cent. 69).

34. No ocupes todo tu tiempo en esforzarte por dominar la carne, sino limítate en proporción a tus fuerzas, y vuelca todo tu espíritu hacia lo interior. Pues *el ejercicio corporal es poco provechoso, pero la piedad para todo es provechosa* (1 Tim. 4, 8; 4 Cent. 63).

35. El que se ocupa sin cesar en las cosas interiores es sobrio, magnánimo, benigno y humilde. Y no sólo ésto, sino que practica la contemplación, la teología y la oración. Esto es lo que dice el Apóstol: *Caminad según el espíritu* (Gal. 5, 16; 4. Cent. 64).

SAN FRUCTUOSO (m. 665)

San Fructuoso, obispo de Braga y Padre del monacato visigodo en el siglo VII. Nació en Toledo, capital de la España Visigoda.

Descendiente de los reyes godos, abandonó su inmesa fortuna para retirarse al Bierzo y consagrarse a la penitencia y la oración. Atraídos por su fama, muy pronto se pobló de monjes a quienes dirigió San Fructuoso en calidad de Abad. En el concilio X de Toledo es nombrado arzobispo de Braga, que rigió sapientísimamente hasta su muerte.

1. Después del amor al Señor y al prójimo, que es vínculo de toda perfección y cima de las virtudes, se determinó además observar en los monasterios lo siguiente de la tradición regular: Lo primero, entregarse a la oración noche y día y observar la distribución de las horas establecidas (para la oración) sin eximirse nadie en manera alguna, y sin entibiarse en los ejercicios espirituales con la práctica de los trabajos... El tiempo de la noche se ha de emplear, en su mayor parte, en oraciones especiales y en vigilias litúrgicas, por causa de los demonios enemigos de la luz, que suelen engañar a los siervos de Dios (Reglas Monásticas).

2. *En primer lugar,* se estableció que se observe la hora de *prima,* puesto que dice el Profeta: *"Por la mañana estaré presente ante ti y te veré, porque tú eres Dios que desecha la iniquidad"* (Sal. 5, 5); y en otro lugar: *"Por la mañana oraré a ti, Señor"* (Sal. 5, 4).

3. Se ha establecido también entre prima y tercia una hora segunda... de modo que los monjes no estén ociosos. Por eso se determinó que se celebre con el rezo de tres salmos, para que sirva de cierre al oficio de *prima* y dé entrada al de *tercia.*

4. Asimismo se estableció que en las demás horas se guarde el mismo orden; es decir, en *tercia, sexta, nona, duodécima y vísperas,* de modo que antes y después de esas tres horas canónicas se dirijan ofrecimientos de oraciones peculiares.

5. Asimismo por la noche, la primera hora nocturna se ha de celebrar con seis oraciones, y después se ha de concluir con el canto de diez salmos con laudes y benedictus en la iglesia.

6. A continuación, despidiéndose mutuamente y ofreciéndose satisfacción y reconciliación unos a otros, se perdonen mutuamente las deudas con la piedad del Padre Eterno... (Regla de S. Fructuoso I.).

SAN ILDEFONSO DE TOLEDO (m. 667)

San Ildefonso nació en Toledo sobre el año 606, muy joven ingresó en los monjes del monasterio de Agali. En el año 657 sucedió a San Eugenio en la sede episcopal. Desarrolló gran labor catequística defendiendo la virginidad de María, de la que era devotísimo. Murió en el año 667 y su cuerpo fue trasladado a Zamora.

El maestro debe apoyar el fruto de su predicación, no en sus palabras, sino en la intensidad de la oración.

Cuando un pagano o ateo se resiste a creer en Dios, el predicador ha de tener más en cuenta la bondad de Dios misericordioso *que quiere que todos los hombres se salven y lleguen al conocimiento de la verdad* (1 Tm, 2, 4), ante quien debe insistir con la oración, y después hacer lo posible para que el ateo escuche inteligentemente con buena disposición y sumisión.

En cuanto esté de su parte debe insistir más con piadosas oraciones que con las dotes de orador, de modo que, orando por sí mismo y por aquellos a los que va a hablar, antes ha de ser más amigo de orar que maestro, y tanto en las conversaciones privadas como en las asambleas de la Iglesia, ha de insistir más en alimentar su alma sedienta con la oración, antes de que hable la lengua, para que eructe lo que hubiere bebido o derrame lo que le sació...

Piense que lo mejor para un recto criterio es lo que dice el Señor: *Cuando os entregaren, no penséis cómo o qué tenéis que hablar; porque en aquel momento se os pondrán en la boca las palabras que debéis contestar. Pues no seréis vosotros los que hablaréis, sino el Espíritu de vuestro Padre será quien hablará por vosotros* (Mt. 10, 19).

Por consiguiente, si el Espíritu es el que habla en los que son entregados a los perseguidores de Cristo, ¿por qué no ha de ser lo mismo en los que enseñan la doctrina de Cristo?

Seamos muy devotos de María y acudamos confiadamente a Ella con nuestros ruegos, porque Ella es nuestra Salvadora.

Mi gran deseo: servir a Jesús y a María.—Mi mayor deseo es el de ser el servidor de su Hijo, y tener a la Madre por Soberana. Para estar bajo el imperio de su Hijo, yo quiero servirla; para ser admitido al servicio de Dios, quiero que la Madre reine sobre mí como testimonio. Para ser el servidor devoto de su propio Hijo, aspiro a llegar a ser el servidor de la Madre. Pues servir a la sierva, es también servir al Señor; lo que se le da a la Madre se refleja sobre el Hijo, yendo desde la Madre a Aquel que Ella ha alimentado, y el Rey verá recaer sobre sí mismo los honores que se tributa a la Madre...

Madre, quiero ser tu esclavo. —Deseo para mi reparación hacerme esclavo de la Madre de mi Jesús. Deseo que Ella sea mi Señora, para que su Hijo sea mi Señor. Me propongo servirle para probarle que soy siervo de Dios. Para ser siervo del Padre, deseo ponerme fielmente al servicio de la Madre. Pues así se refiere al Señor lo que se sirve a la esclava. Así redunda en honor del Hijo lo que se hacen a la Reina...

En el Padrenuestro se contiene todo lo que debemos pedir a Dios. — Aunque digamos algunas otras palabras, deben venir a decir lo mismo, y si no decimos otra cosa que lo que está puesto en el Padrenuestro, oramos recta y congruentemente.

Todo el que diga lo que no pueda corresponder a esta oración evangélica, aunque no ore ilícitamente, sí ora carnalmente. Y no sé cómo no se podrá decir que ora lícitamente, dado que los renacidos por el Espíritu no deben orar sino espiritualmente.

Y si alguien usa otras santas peticiones, no encontrará nada que no contenga y encierre esta oración del Señor. De ahí que

es libre emplear otras palabras distintas al orar, con tal de expresar lo mismo. Lo que no es libre es decir (o pedir) otras cosas. Estas son las peticiones que hemos de hacer para nosotros, para los nuestros, para los extraños y para los mismos enemigos sin ninguna vacilación (Obras BAC, 320, 368-369).

SAN ISAAC SIRIACO (Siglo VII)

San Isaac el siriaco, monje, fue autor espiritual importante. Fue consagrado obispo de Nínive, al frente de cuya diócesis solamente estuvo cinco meses, después se volvió a retirar al desierto donde permaneció hasta su muerte. Escribió Tratados y Centurias que ejercieron gran influjo en los monasterios siriacos.

1. La oración es la fuerza motriz de todos los esfuerzos humanos y de toda la vida espiritual. Es la conversación con Dios que se hace en secreto, y es también todo pensamiento sobre Dios y toda meditación de las verdades espirituales (Wensinck, p. 310).

2. El conjunto de las virtudes llevan a la perfección por la oración; por otra parte las virtudes no pueden permanecer estables si el espíritu no está constantemente orientado hacia la oración. Pero la mayor de las virtudes, la caridad, el amor a Dios en el que se realiza la unión mística, es el fruto de la oración; porque en la oración el hombre se encuentra con Dios personalmente, lo conoce y lo ama... (San Isaac Siriaco, ed. Theotoki, 35 p. 511).

3. El arrepentimiento conviene siempre a todos, tanto a los pecadores como a los justos que buscan su salvación. No hay límites para la perfección, de modo que la perfección misma de los perfectos no está exenta de imperfección. Por eso, siempre tendremos algo de qué arrepentirnos hasta el momento de la muerte (Ed. Theotoki, LV, p. 325).

4. Por tanto, la oración del publicano, "Señor, ten piedad de mí, pecador", acompañará a los justos hasta la puerta del Reino, pues el cristiano en la vía de la salvación debe encontrarse constantemente "entre el temor y la esperanza", como decía el padre Ambrosio del monasterio Optimo (Ibíd).

5. Recordad a Dios para que, sin cesar, El os recuerde, pues si os recuerda os salvará y recibiréis todos sus bienes. No lo olvidéis con vanas distracciones si no queréis que El os olvide en el momento de vuestras tentaciones.

6. En la prosperidad, permaneced cerca de El en obediencia; tendéis así seguridad de palabra ante El cuando os encontréis en pena, por el hehco de que vuestra oración os impulsa sin cesar hacia El en vuestro corazón. Manteneos sin cesar ante su faz, pensando en El, conservando su recuerdo en vuestro corazón; de lo contrario os arriesgaréis, viéndole sólo de tanto en tanto, a carecer de seguridad con El, por culpa de vuestra timidez...

7. Aquel que quiere ver al Señor se aplica a purificar su corazón por un recuerdo ininterrumpido de Dios: de ese modo verá al Señor en todo momento en el resplandor del intelecto. Así como el pez no puede permanecer fuera del agua, tampoco Dios permanece con el que lo aparta de su intelecto, abandonando el recuerdo de Dios dejándose dominar con pensamientos del mundo.

8. Felices los que comprenden esto y perseveran en la paz sin imponerse toda clase de trabajos, cambiando la oración por el servicio corporal. Quien sea incapaz de soportar la soledad, deberá en justicia recurrir al servicio; pero que ese servicio lo realice como una ayuda, como si no se tratara de un mandato esencial, sin excesiva preocupación. Esto es *un consejo* para los débiles, pues Evagrio ha dicho que el trabajo manual es un obstáculo para el recuerdo de Dios...

9. Cuando Dios abra tu intelecto desde dentro y tú te dediques a la oración repetida, no dejes que ningún pensamiento importuno se apodere de ti, por temor a que los demonios te convenzan secretamente de ponerlo en práctica; luego considera y admira lo que nace en ti de tales cosas.

10. Guárdate de hacer comparaciones entre las prácticas morales de la vida activa y tus oraciones de día y de noche... Si deseas que tu fervor no se debilite jamás, que tus lágrimas no se agoten, no dejes de practicar estas cosas y serás semejante a un paraíso florido y a una fuente inagotable.

11. Considera ahora las numerosas pruebas de la gracia que la Providencia nos otorga. A veces un hombre está arrodillado en oración, las manos extendidas alzadas hacia el cielo, el rostro vuelto hacia la cruz, el sentimiento y el intelecto enteramente volcados hacia Dios y la súplica. Mientras está absorto en esas súplicas y esos esfuerzos, bruscamente, una fuente de delicias se abre en su corazón... y a causa de la alegría y la exaltación sus rodillas no son capaces de asentarse sobre el suelo y la gracia se extiende por todo su cuerpo.

12. ¿Qué es la oración? Un intelecto libre de todo lo que es terrestre y un corazón cuya mirada está totalmente volcada sobre el objeto de su esperanza. Apartarse de esto es imitar al hombre que reparte en el surco semillas mezcladas o que trabaja con un tiro formado con un buey y un asno.

13. La oración sin distracción es aquella que produce en el alma el pensamiento constante de Dios; su nueva encarnación: Dios habita en nosotros por nuestro recogimiento constante en El, acompañado por una aplicación laboriosa del corazón a la búsqueda de su voluntad. Los malos pensamientos involuntarios tienen su origen en un relajamiento previo.

14. ¿En qué consiste la oración espiritual? Existe oración espiritual cuando los movimientos del alma sufren la acción del

Espíritu Santo a continuación de su verdadera purificacioón. Sólo uno entre diez mil puede ser favorecido de ese modo. Ella constituye el símbolo de nuestra futura condición, pues la naturaleza es llevada más allá de todos los movimientos impuros inspirados por el recuerdo de las cosas de este mundo... Es la visión interior que tiene su punto de partida en la oración.

15. ¿En qué consiste el apogeo de los trabajos del asceta? ¿Cómo reconocer que se alcanzó el término de la carrera? Se le ha alcanzado cuando se ha sido considerado digno de la oración constante. Aquel que haya llegado a eso ha alcanzado el fin de las virtudes y, al mismo tiempo, ha logrado una morada espiritual. Aquel que no recibió en verdad el don del Paráclito es incapaz de cumplir la oración ininterrumpida en el reposo. Cuando el Espíritu establece su morada en un hombre, éste no puede ya dejar de orar, pues el Espíritu no cesa de orar en él. Ya sea que duerma o que vele, la oración no se separa de su alma. Mientras coma, beba, o esté acostado, se dedique al trabajo o se sumerja en el sueño, el perfume de la oración es exhalado espontáneamente desde su alma. En adelante, no predominará la oración durante los períodos de tiempo determinados, sino en todo momento. Aunque tome su descanso visible, la oración estará asegurada secretamente en él, pues, "el silencio del impasible es una oración", ha dicho un hombre revestido de Cristo. Los pensamientos son emociones divinas, los movimientos del intelecto purificado son voces mudas que cantan en secreto esta salmodia al Invisible.

16. Si llegáis a unir la meditación de vuestras noches con el servicio de vuestros días, sin desdoblar el fervor de las operaciones de vuestro corazón, no tardaréis en estrechar el pecho de Jesús... He aquí mi consejo: si podéis, manteneos en paz y despiertos sin recitar salmos ni hacer postraciones y, si sois capaces, orad únicamente en vuestro corazón. ¡Pero no durmáis!

Grados de oración:

17. La gracia actúa de diferentes formas con hombres según su medida. Uno multiplica el número de sus oraciones bajo el efecto de un ardiente fervor; aquel otro obtiene tal reposo de su alma que reduce a la unidad la multiplicidad de sus oraciones anteriores.

18. Es necesario no confundir la satisfacción en la oración con la visión en la oración. Lo segundo es superior a lo primero tanto como un hombre lo es en relación a un muchachito. Sucede que las palabras toman una suavidad singular en la boca y que se repite interminablemente la misma palabra de la oración sin que un sentimiento de saciedad os haga ir más lejos y pasar a la siguiente.

19. A veces la oración engendra una cierta contemplación que hace desvanecer la oración sobre los labios. El que es favorecido con tal contemplación entra en éxtasis y se hace semejante a un cuerpo cuya alma le ha sido quitada. Lo que llamamos visión en la oración no es ni una imagen ni una forma fabricada por la imaginación como afirman los tontos.

20. Esta contemplación en la oración tiene en sí misma grados y dones diferentes. Pero, hasta ese punto, sigue siendo una oración, pues el pensamiento no ha pasado todavía al estado en que ya no existe la oración, sino que es un estado superior de oración. Los movimientos de la lengua y del corazón en el curso de esta oración son las llaves. Luego se penetra en la cámara. Allí la boca y los labios se callan; el corazón, el chambelán de los pensamientos, la razón que reina sobre los sentidos, el espíritu, ese pájaro rápido, con todos sus medios, facultades y súplicas, sólo pueden mantenerse mudos cuando el Amo de la casa ha entrado.

21. La autoridad de las leyes y los mandamientos dictados por Dios a la humanidad tienen como fin la pureza del corazón,

según la palabra de los Santos Padres. Igualmente, todas las formas y actitudes de oración con las cuales el hombre se dirige a Dios, tienen su término en la oración pura. Desde que el espíritu ha franqueado la frontera de la oración pura y se ha comprometido más allá, no existen ya oración ni emociones, ni lágrimas, ni autoridad, ni libertad, ni súplicas, ni deseo, ni impaciente esperanza por este mundo o por el otro. No hay entonces oración más allá de la oración pura... Franqueando este límite se entra en el éxtasis; no se está ya en las oraciones. Esta es la visión; el espíritu no ora más...

El periplo de la oración

22. El navegante, en tanto que navega con los ojos en las estrellas, regula por ellas la marcha de su barco y espera que ellas le muestren el camino hacia el puerto. El monje tiene los ojos en la oración, ella dirige su marcha hacia el puerto impuesto a su carrera. El monje no deja de dirigir sus miradas sobre la oración para que ella le muestre la isla donde podrá arrojar el ancla sin riesgos, para cargar provisiones antes de poner la proa hacia otra isla. Así es la carrera en tanto está en el mundo. Abandona una isla por otra, y los diversos conocimientos que encuentra son otras tantas islas, hasta que finalmente dirige sus pasos hacia la ciudad de la verdad, donde sus habitantes no trafican, donde cada uno se encuentra colmado con lo que tiene. Bienaventurados aquellos cuyo viaje se desarrolla sin turbación a través del vasto océano (La Filocalia de la oración de Jesús).

SAN ANASTASIO SINAITA (m. 700)

1. ¿Qué pecados se pueden perdonar después de la muerte por medio de las celebraciones litúrgicas, de las oraciones y de las limosnas que se hacen en favor de los que han muerto?

Respuesta.—Acerca de esto también dice el gran Dionisio, que si los pecados son leves y de poca monta, reciben alguna

utilidad por los sufragios que se hacen por ellos; pero si son grandes y graves, Dios les excluye de sí. Por lo demás, debemos mirar por nuestras propias almas y no esperar a que después de la muerte seamos perdonados por las oraciones de otros (Cuestiones 22. MG 89, 536).

2. Las lágrimas (en la oración) son un sacrificio que se ofrece a Dios de nuestra misma sustancia, algo así como la sangre de los mártires. Por consiguiene, como ya dije, el lavatorio espiritual son las lágrimas... (Cuestión 98).

3. Grande es nuestra ceguera, grande nuestra ligereza, grande nuestro descuido... pues cuando el que ofrece el Santo Sacrificio se alarga un poco, nos desanimamos y nos ponemos de mal humor y bostezamos, y nos esforzamos para terminar con la oración con la misma brevedad que si estuviéramos ante un tribunal, y el diablo nos impele a que volvamos a las acciones vanas y a los desórdenes...

4. Grande es nuestra miseria, carísimos: porque debiéramos tener el espíritu encendido y atento en la oración y la súplica, principalmente en la sagrada celebración de los inmaculados misterios, y estar llenos de temor y temblor en la presencia del Señor en la oración. Sin embargo, ni siquiera le ofrecemos ésta con pura conciencia, con espíritu contrito y humillado, sino que durante los sinaxis terminamos nuestros asuntos públicos y la administración de muchos y vanos negocios.

5. Y hay personas que no se preocupan en pensar con qué pureza y con qué dolor de sus pecados se han de acercar a la sagrada mesa, sino qué vestidos han de poner... Estate, pues, ante Dios con paz y compunción; confiesa tus pecados a Dios por medio de los sacerdotes. Condena tú tus propias acciones y no te avergüences... Condénate a ti mismo delante de los hombres para que el Juez te declare justo delante de los ángeles y delante de todo el mundo. Pide misericordia, pide perdón, pide la remisión de las culpas pasadas y el verte libre de las futuras,

para que puedas acercarte dignamente a tan grandes misterios, para participar con pura conciencia del cuerpo y sangre, para que te sirvan de purificación y no de condenación... Este no es tiempo de vanas ocupaciones, sino de atenta e intensa oración.

6. Oigamos lo que dice el diácono: "Guardemos compostura, tengamos temor". Atendamos a la santa obligación, inclinemos las cabezas, cerremos los pensamientos, cerremos la lengua, llenemos nuestra mente, elevémonos al cielo. Subamos arriba el alma y el corazón, levantemos a Dios los ojos del alma, pasemos el cielo, pasemos los ángeles, pasemos los querubines y lleguemos al tronco mismo del Señor, abracemos los pies inmaculados de Cristo, lloremos y hagamos fuerza a su misericordia. Confesémonos ante su altar santo, celestial e inteligible...

7. ¿Qué haces, oh hombre? El sacerdote está ofreciendo por ti el sacrificio incruento, ¿y tú lo desprecias? El sacerdote lucha por ti asistiendo al altar como a un tribunal riguroso; urge, insta para que te venga de lo alto la gracia del Espíritu Santo, ¿y tú no te preocupas nada por tu propia salvación? Te aconsejo que no procedas así. Echa fuera de ti esa mala y vana costumbre; une tu clamor al del sacerdote que está luchando por ti; une tu trabajo al del sacerdote que ora por ti. Entrégate a ti mismo por tu salvación, porque: *Mucha fuerza tiene la oración del justo hecha con fervor* (St. 5, 16). Y tiene mucha eficacia si tú juntas tu esfuerzo con el sacerdote y muestras los frutos de la penitencia, porque si el uno edifica y el otro destruye ¿qué provecho queda sino la fatiga?...

8. ¿Qué dices, oh hombre? ¿Por qué te rebelas temerariamente contra Dios?... Clamas a Dios "Perdóname mis deudas como yo también perdono a mi deudor" ¿Has venido a orar a la iglesia de Dios, o has venido a mentir? ¿A alcanzar gracia o a atraer ira? ¿A conseguir perdón de pecados o aumento de castigos? ¿A obtener salvación o condenación?... (Sermón de la Santa sinaxis MG 89, 829).

SAN GERMAN DE CONSTANTINOPLA (m. 733)

San Germán nació hacia el año 635. Y el año 715 es consagrado patriarca de Constantinopla. Fue gran defensor de la fe y luchó principalmente en defensa del dogma de la Inmaculada Concepción.

Acudamos confiadamente a María en nuestras oraciones seguros de que Ella nos salvará.

Tú que lo eres todo, ampáranos.—Oh, Virgen, completamente casta, totalmente buena y llena de misericordia. Soberana, consuelo de los cristianos, el más seguro refugio de los pecadores, el más ardiente alivio de los afligidos, no nos dejéis como huérfanos privados de vuestro socorro. Si somos abandonados por Vos, ¿dónde nos refugiaremos? ¿Qué nos sucederá, oh, Santísima Madre de Dios? Vos sois el espíritu y la vida de los cristianos. Pues así como la respiración aporta la prueba de que nuestro cuerpo está con vida, así vuestro santísimo nombre incansablemente pronunciado por la boca de vuestros servidores, en todo tiempo y lugar y de toda manera, es más que la prueba, es la causa de la vida, de la alegría y el socorro seguro para nosotros...

¿Quién después de vuestro Hijo se interesa como Vos por el género humano? ¿Quién nos defiende sin cesar en nuestras tribulaciones? ¿Quién nos libra tan rápidamente de las tentaciones que nos asaltan? ¿Quién se puede ocupar más en pedir en favor de los pecadores? ¿Quién toma su defensa para excusarlos en los casos desesperados?...

Yo lo sé que Vos, en calidad de Madre del Altísimo, tenéis un poder igual a vuestro querer. Por eso mi confianza en Vos no tiene límites.

Nadie ha sido colmado del conocimiento de Dios más que Vos, oh, Santísima; nadie ha sido salvado más que por Vos, oh, Madre de Dios; nadie escapa a la servidumbre más que por Vos, que habéis merecido llevar a Dios en vuestras entrañas virginales... Gracias a vuestra autoridad materna sobre Dios mismo,

Vos obtenéis misericordia para los criminales más desesperados. Vos no podéis ser desatendida, pues Dios condesciende en todo y por todo a la voluntad de su verdadera Madre.

No hay nadie, oh, Santísima, que se haya salvado si no es por Vos. Nadie, oh, Inmaculada, se ha liberado del mal si no es por Vos. Nadie, oh, Purísima, recibe los dones divinos si no es por Vos. A nadie, oh, Soberana, la bondad divina concede sus gracias si no es por Vos *(Pie Regamey. Los mejores Textos sobre la Virgen María).*

SAN BEDA EL VENERABLE, Dr. (m. 735)

San Beda el Venerable, según él mismo nos cuenta, a la tierna edad de siete años fue puesto por sus padres bajo la dirección del abad Benito. A los diecinueve fue ordenado diácono y a los treinta sacerdote. Desde entonces vivió siempre en el claustro repartiendo el tiempo entre el trabajo y la oración (PL 91).

1. Toda su vida la empleó en practicar la regla de oro benedictina, *Ora et labora,* oración y trabajo apoyándose y nutriéndose mutuamente.

Como advierte un autor antiguo, es difícil comprender cómo pudo sobresalir tanto en ambas cosas: oración y trabajo. "Si consideras sus estudios y numerosos escritos, parece que nada dedicó a la oración. Si consideras su unión con Dios, parece que no le podía quedar tiempo para sus estudios y escritos".

El mismo Beda se describe así: "Yo, Beda, siervo de Cristo..., a los siete años mis padres me pusieron bajo la dirección del abad Benito, primero, y después de Ceolfrido. Desde entonces toda mi vida discurrió dentro del claustro y puse todo mi afán en la meditación de las Sagradas Escrituras. Y, entre la observancia de la disciplina regular y el cotidiano ejercicio de cantar en el coro el oficio divino, siempre me fue dulce el aprender, o enseñar, o escribir" *(Hist. Ecle. de Inglaterra).*

2. Sólo con la esperanza de no dejar nunca de orar, podemos considerarnos salvos. Esta esperanza nos abrirá ciertamente las puertas del cielo *(Cit. San Ligorio).*

3. El altar del incienso del Antiguo Testamento era tipo de la oración de aquellos que con mayor perfección de la mente, habiendo extinguido y apagado todos los incentivos de la carne, ofrecen al Señor sólo los deseos de sus oraciones, deseando llegar y presentarse a la visión de Dios. La oración pide, pues, la visión de Dios (PL. 91, 487).

4. La oración no consiste sólo en las palabras con que invocamos la clemencia, sino también en todo lo que hacemos, movidos por la fe, en obsequio de nuestro Creador (In San Marcos).

SAN HESIQUIO DEL MONASTERIO DE BATOS (Siglos VII y VIII)

San Hesiquio fue superior del monasterio de Batos, en el Sinaí, y autor de dos centurias sobre la sobriedad y la virtud. Es posterior a Juan Clímaco y a San Máximo.

1. El espíritu que invoca constantemente a Jesús, y ante los enemigos se refugia en él, aunque quede por ellos rodeado como en la caza la jauría de perros rodea al animal, les resistirá con coraje viril, pues está equipado con armas fuertes. Vence a los enemigos porque ya de antemano conoce sus astutos ataques. Su arma es la permanente oración a Jesús, portador de paz. Gracias a la oración, el espíritu queda invulnerable en la lucha con sus enemigos...

2. Como el hombre sin aire no puede vivir en esta tierra, tampoco podemos purificar el corazón de los pensamientos pasionales, ni espantar los espíritus demoniacos sin invocar el nombre de Jesucristo.

3. El alma que invoca a Cristo con animosa confianza, no tiene por qué temer a ningún enemigo. El alma así no lucha sola contra enemigos incorpóreos y corpóreos, visibles e invisibles, sino junto a su Creador y todopoderoso Rey Jesucristo.

4. Mientras más llueve, más se reblandece la tierra; mientras más a menudo invocamos el nombre de Cristo, libres de todo pensamiento, más fértil hará la tierra de nuestro corazón estremeciéndola de gozo y alegría...

5. El que quiera purificar su corazón, encontrará en la constante invocación del nombre de Jesús un apoyo formidable contra todos los enemigos invisibles. Sobre esto, tenemos la propia experiencia. Ved cómo esta experiencia coincide con el testimonio de la Sagrada Escritura. El profeta Amós, dice: "*Israel, prepárate a invocar el nombre del Señor tu Dios*" Y San Pablo: "*Orad sin cesar*" (1 Tes. 5, 17).

¿Puede haber algo más valioso que la oración que proporciona todos los bienes? La oración purifica el corazón. En los males Dios se revela a los que creen.

6. Observad las palabras de nuestro Señor: "*Yo soy la vid, vosotros los sarmientos. El que permanece en mí y Yo en él, ése llevará mucho; porque sin mí, nada podéis hacer*" (Jn. 15, 5)...

7. No reservéis toda vuestra atención a vuestro cuerpo; fijadle un trabajo proporcionado a sus fuerzas.

8. Dirigid todo vuestro espíritu hacia el mundo interior, que esto quiere decir: "*El ejercicio del cuerpo es de poca utilidad; en cambio la piedad es útil para todo*" (1 Tm. 4, 8).

9. Practiquemos en todo momento la oración de Jesús. Hagámoslo con ánimo ferviente, para quedar siempre más y más unidos con el santo nombre de Jesús.

10. En la virtud como en el vicio, la repetición produce costumbre, y ésta es como una segunda naturaleza.

11. Es imposible vivir sin respirar. Exactamente es igual de imposible aprender sin humildad y sin la constante oración a Jesús. Sin esta oración no se pueden expulsar los enemigos. Esta es la secreta ciencia del combate espiritual.

12. El olvido extingue la vigilancia del espíritu, como el agua apaga el fuego. La oración a Jesús continua, con una activa sobriedad, impide la disipación del corazón. Y es que la oración necesita la sobriedad como la lámpara necesita de la mecha.

13. Uno cuida mucho de conservar lo que posee, como un tesoro valioso. Pues bien, ¿no tenemos nosotros un bien verdaderamente y extraordinariamente precioso, que siempre y en todo caso nos libera de todo mal espiritual? Eso es la vigilante oración.

14. Si confiamos solamente en la vigilancia, nos fallará el arma fuerte: el nombre de Jesús. Pero si blandimos sin cesar esta santa arma poderosa, con corazón sencillo, los enemigos huirán...

15. La constante oración: "¡Jesús, Hijo de Dios, ten piedad de mí!, no permite que la más mínima sugestión enturbie el espejo de nuestra alma y comprometa el corazón. Ella purifica el cielo de nuestro corazón de las nubes oscuras de los espíritus malignos. Con la luz de Jesús, la atmósfera del corazón queda despejada y clara. El orgullo no podrá ya dominar al atleta espiritual, como tampoco la vanidad o el amor propio.

16. A cada aliento unid la vigilancia, la oración a Jesús y la meditación de la muerte con toda humildad. ¡Bienaventurada la inteligencia en la que ha penetrado la oración a Jesús! El corazón que tiene siempre presente el nombre de Jesús, como el aire toca nuestro cuerpo y la llama está unida a la vela. El sol con su luz hace el día, así el santo nombre de Jesús brilla sin cesar en la inteligencia y produce innumerables y luminosos pensamientos (Tomado de Textos de Espiritualidad Oriental. Madrid 1960).

17. Tenemos unos enemigos tan astutos que aprovechan cualquier cosa para hacernos tropezar en la vanidad, pero, ante la invocación de Jesús, no se sostendrán ni le valdrán de nada todos sus ardides.

18. Si pasáis todo vuestro tiempo con humildes pensamientos en vuestro corazón, en el recuerdo de la muerte, en negaros a vosotros mismos y en la invocación de Jesucristo; si cada día perseveráis en la sobriedad, esta ruta interior, estrecha pero generadora de alegría, os conducirá a las santas contemplaciones de las santas realidades y *"el Cristo, en el que se encuentran ocultos todos los tesoros de la sabiduría y de la ciencia (Col. 2, 3),* aclarará para vosotros los misterios profundos... Entonces percibiréis en Jesús que el Espíritu Santo se ha fundido sobre vuestro corazón, pues Aquel que ilumina el espíritu del hombre le hace ver *"con la cara descubierta reflejada como en un espejo, la gloria del Señor"* (2 Cor. 3, 18).

19. Aquellos que desean instruirse, deben saber que a menudo los demonios nos acosan por envidia disminuyendo el ardor de nuestro combate interior, porque ven con despecho la preciosa ayuda que se otorga a nuestro ascenso hacia Dios y el conocimiento que ella nos procura. De tal modo, al amparo de nuestra negligencia, se apoderan de nuestro espíritu de forma imprevista y hacen que algunos permanezcan desatentos respecto de nuestro corazón. Toda su ambición y todos sus esfuerzos conducen a impedir que nuestro corazón esté atento: ellos conocen el enriquecimiento que trae a nuestra alma la práctica cotidiana de la oración atenta. Apliquémonos, pues, a las contemplaciones espirituales con el recuerdo de nuestro Señor Jesucristo y el ardor del combate se encenderá nuevamente en nuestro espíritu...

20. *"Vuestro enemigo el diablo, como león rugiente, da vueltas en busca a quien devorar"* (1 Pd. 5, 8). Que jamás suspendáis la atención del corazón, la sobriedad, la abnegación y la oración a Jesús, nuestro Dios. En toda nuestra vida no podremos encontrar ayuda más excelente que Jesús.

21. Todo aquel que quiera purificar su corazón encontrará un beneficio excelente en invocar constantemente el santo

nombre de Jesús contra los enemigos invisibles. Nosotros hemos hecho la experiencia y las lecciones de la experiencia están de acuerdo con el testimonio de las Sagradas Escrituras (Citado en la Filocalia de la Oración de Jesús).

22. Aquél cuya plegaria no está libre de pensamientos, carece de arma para el combate. Me refiero a la oración que actúa inagotablemente en las profundidades inaccesibles del alma a fin de que, por la invocación de Cristo, sea destruido y quemado el adversario que nos combate en secreto. (Capítulos sobre la vigilancia).

23. Así como es imposible que el Mar Rojo aparezca en el firmamento en medio de las estrellas y como es imposible que un hombre camine por la tierra sin respirar aire, lo mismo es imposible purificar nuestro corazón de los pensamientos apasionados y vencer a los enemigos espirituales sin la invocación continua de Jesucristo. (Ibíd.)

24. La invocación continua de Jesús, cuando va acompañada de un deseo pleno de dulzura y alegría, consigue que el corazón se llene de alegría y serenidad por la gracia de la atención extrema. Pero el que purifica totalmente el corazón es Jesucristo, el Hijo de Dios, que es el origen y el Creador de todos los bienes. Pues El dice: *"Yo soy el Dios que da la paz"* (Is. 45, 7). (Ibíd).

25. Así como es imposible combatir a cuerpo descubierto o nadar en el mar vestido o vivir sin respirar, del mismo modo sin humillarse, sin invocar continuamente a Cristo, es imposible aprender bien el combate espiritual y secreto o ser hábil en el arte de perseguir al diablo. (Ibíd.)

SAN JUAN DAMASCENO, Dr. (m. 749)

Nació en Damasco hacia el año 675, fue monje de San Sabas en el desierto de Judea y

ordenado sacerdote antes del 726. Escribió varias cartas que mandó repartir entre los cristianos de todo el imperio, desenmascarando al impío emperador León Isáurico, que había decretado la destrucción de las imágenes de los santos. Pero lo más importante de él son la universalidad y doctrina de sus obras que dan un alcance singular a sus escritos sobre la Virgen.

1. Dios deposita los gérmenes de la virtud en el alma humana; pero para hacerlos crecer y fructificar necesita el hombre sin cesar el socorro divino... Todo hombre tiene en su mano el poder hacer el bien, y con tal objeto Dios le ofrece su gracia. Pero la gracia no es constructiva ni eficaz por sí misma: el hombre puede aceptarla o rechazarla.

Después de haber sugerido a la voluntad el hacer el bien, Dios todavía ayuda a realizarlo, de tal suerte que toda obra es de Dios al mismo tiempo que del hombre...

La bondad de Dios no falla; porque a la vez que procura a los justos los medios de hacer el bien, tampoco abandona a los malos, sino después de haber hecho lo necesario para convertirlos, y cuando ellos mismos se muestran obstinadamente irreductibles...

Dios da a nuestro espíritu las fuerzas para luchar contra el mal, y esa fuerza la obtenemos por la oración, y es el Espíritu Santo quien nos enseña a orar. Sin la paciencia y la oración, que son en nosotros obras de la gracia, nos es imposible cumplir los mandamientos del Señor. Tanto es así que nuestra parte en las obras buenas no impide que haya que referirlas todas enteras a Dios... (De la Fe Ortodoxa).

2. Lo que Dios con su divina providencia y disposición desde toda la eternidad tiene determinado dar a los hombres, lo da en el tiempo por medio de la oración (Cit. P. Rodríguez).

3. El retiro sustenta la oración como la madre a su niño. La oración es una manifestación de la gloria de Dios que El mismo

nos ofrece en lo secreto de nuestro propio corazón; porque cuando cerramos todas las puertas de los sentidos, habita Dios con nosotros y nosotros con Dios; y cuando libres de los impedimentos y tumultos del mundo logramos la libertad de ocuparnos en las cosas de nuestro interior y vivir con nosotros mismos, entonces nos hallamos en estado de ver patentemente el reino de Dios establecido en nosotros. Porque el reino de los cielos, o por mejor decir, del Señor de los cielos, está dentro de nosotros, como expresamente lo dijo Jesucristo (De Domin. Transfig. Orat).

4. *La devoción a María es signo seguro de predestinación.*—Si confío en Ti, oh, Madre de Dios, seré salvo. Defendido por Ti, nada temeré. Con tu protección y auxilio perseguiré y pondré en fuga a mis enemigos, porque tu devoción es un arma de salvación que Dios da a aquellos que quiere salvar. *(Melús. Orar con María).*

5. La bienaventura Virgen es superior a todas las alabanzas que se pueden dar... María es un asilo y un lugar seguro para todos los que buscan el refugio de su amparo... Tener para con vos, oh dichosa Virgen, una devoción singular, es tener aquellas armas defensivas que Dios pone en la mano a los que quiere salvar (Ibíd).

SAN TARASIO (m. 806)

San Tarasio, patriarca de Constantinopla, fue un varón insigne por su piedad y ciencia. Nos queda de él una epístola al Papa Adriano I, en la que defiende el culto a las imágenes.

En nuestras oraciones no nos olvidemos de María, porque Ella es nuestra Mediadora. —Ave, oh nube ligera que derramas la lluvia celeste. Ave, oh máximo ministerio de los sacerdotes. Ave, oh invicto refugio de los pecadores. Ave, oh norte de los navegantes.

Ave, oh recuperación de los que caen. Ave, medicina gratuita de los enfermos. Ave, causa de la salvación de todos los mortales. Ave, oh ilustre custodia de los jóvenes. Ave, oh Mediadora de todos cuantos estamos bajo el cielo (*Melús: Orar con María*).

SAN TEODORO STUDITA (m. 826)

Nació en Constantinopla hacia el año 759, ingresó en un monasterio a las órdenes de su tío San Platón, donde fue ordenado sacerdote. Teodoro fue el principal defensor de la fe en la persecución inoclasta de los emperadores de Oriente después del segundo concilio de Nicea.

1. La vida del monje es un estado sublime, cuya perfección de vida borra los pecados... La sumisión respetuosa y completa hacia el abad es muy importante, pues la virtud en el monasterio no podrá prosperar si la sumisión al abad no fuere plenamente aceptada, porque la obediencia es la condición esencial de las comunidades. Juntamente con ella deben brillar en el monasterio el espíritu de oración y el amor al trabajo. (Testamentos).

2. Ahora que María está en posesión de la bienaventurada inmortalidad, alza hacia Dios esas manos suyas que han llevado a Dios... Como blanca y pura paloma, elevada en su vuelo hasta las alturas del cielo, no deja de protegernos en nuestra baja tierra... Ella, desde los cielos, hace huir a los demonios y se ha convertido en nuestra mediadora ante Dios...

Madre... en Vos, como en un palacio espléndido, el Arquitecto del mundo ha establecido su morada. Y Vos, porque sois la Madre de Dios Salvador, habéis establecido sobre su base el tabernáculo de Adán, derribado por el infierno. ¿Quién, oh Madre de Dios, ha recurrido a vuestra protección sin ser pron-

tamente liberado por Vos? ¿Quién os implora, sin encontrar en Vos una auxiliadora tan poderosa que jamás defrauda su confianza?

Nadie, oh Virgen Madre de Dios, que haya recurrido a Vos ha sido defraudado; por el contrario, el os ve acudir a su oración y no tarda en recibir el beneficio que responde plenamente a sus deseos (Pie Regamey: Los mejores textos).

LOS PADRES DEL DESIERTO

Consideramos conveniente insertar aquí un resumen del capítulo IX de "El Monacato Primitivo" v. 2.º de G. M. Colombás, publicado por la BAC, porque en él se contienen dichos y sentencias muy importantes para conocer el aprecio que aquellos santos monjes del desierto hacían de la oración y saber la importancia que le daban.

La oración y la contemplación en la vida del monje

Llámese *apátheia*, «pureza de corazón», caridad perfecta, restauración del estado paradisíaco o bautismo del Espíritu Santo, el momento de la vida espiritual que marca el fin del período de intensa purificación o *praxis* es, al mismo tiempo, tránsito a lo que Casiano llama la *scientia spiritualis*, y Evagrio y otros escritores, la *theoría* o *gnosis*. En adelante, la existencia del monje tendrá como una de sus características esenciales el ejercicio del don de *parrhesía*, o libertad de lenguaje ante Dios de que gozó Adán en el paraíso. Es un punto que han subrayado con fuerza todos los maestros espirituales del monacato primitivo. El monje que ha conseguido llegar a estas alturas, si permanece fiel a la gracia, goza de un trato cada vez más continuo y más familiar con Dios. Es un hombre de oración.

Resulta casi imposible encarecer la importancia de la oración en el ideal monástico primitivo. Casiano pone en labios de *apa* Isaac estas palabras: «Todo el fin del monje y la perfección del

corazón tiende a perseverar en una oración continua e ininterrumpida, y, en cuanto lo permite la humana flaqueza, se esfuerza por llegar a una inmutable tranquilidad de espíritu y a una perpetua pureza». Ya en la primera y más fundamental de las *Colaciones*, *apa* Moisés había declarado: «Este debe ser nuestro principal conato, ésta la orientación perpetua de nuestro corazón: que nuestra mente permanezca siempre adherida a Dios y a las cosas divinas». Y, por si no fuera bastante, leemos todavía en otro lugar: «El fin del monje y su más alta perfección consiste en la 'oración perfecta'». Esta doctrina —nota I. Hausherr—, «que se repite incansablemente, puede condensarse en una palabra, o mejor, en dos palabras: un término de origen docto, *contemplación*, o un término de origen humilde, *oración*». Ambos aparecen indistintamente en las obras de Casiano, según el cual la oración perfecta es propia del contemplativo. «Oración continua e ininterrumpida» y tener siempre la mente «adherida a Dios y a las cosas divinas» son dos fórmulas equivalentes. Evagrio Póntico enseñaba lo mismo cuando escribía en su precioso tratado *Sobre la oración:* «Si eres teólogo, orarás verdaderamente, y, si oras verdaderamente, eres teólogo». Hay que añadir en seguida que el «teólogo» de Evagrio nada tiene que ver con el sabio que especula sobre Dios: es el místico que, mediante el ascetismo y la contemplación de las criaturas, se remonta hasta la visión de Dios. La oración, además, constituye el objeto de toda renuncia, de toda ascesis: «Si ambicionas la oración, renuncia a todo para obtener todo». «Ve, vende cuanto posees y dalo a los pobres, y luego toma tu cruz y niégate a ti mismo para poder orar sin distracciones». La oración perfecta, la contemplación perfecta, es el fin del monje. Sin la gnosis, no se es monje más que exteriormente.

Lo mismo hay que decir de San Gregorio de Nisa. En su síntesis de espiritualidad para uso de los monjes que es el tratado *De instituto christiano*, Gregorio concede a la oración el puesto más eminente entre todas sus actividades; la considera como el medio más apto para alcanzar la perfección. Más aún, la oración perfecta constituye, según él, la cima más alta de la perfección

cristiana. Afirma: «Quien se entrega a la oración es unido a Dios por una santificación inefable». Y a continuación sigue un texto que H. Dörries y A. Kemmer consideran como una interpolación, pero que, al parecer, es auténtico: «Habiendo recibido al Espíritu por guía y aliado, arde en el amor del Señor y hierve de deseo, no encontrando saciedad en su oración, sino siempre inflamado en el deseo del bien». Siendo así las cosas, no es de extrañar que el Santo, al imaginar su monasterio ideal, considere como los primeros a los monjes que ponen en práctica el precepto del Apóstol de orar sin intermisión: el superior y los demás hermanos deben darles la oportunidad de dedicarse enteramente a la oración y animarlos en su esfuerzo, pues son los campeones, los guías y los modelos de la comunidad entera.

Parejamente, considera «Macario» la oración como «la piedra fundamental de todo esfuerzo bueno», y «la persistencia en la oración» como la «cumbre de la perfección». Por su medio pueden adquirirse todas las virtudes, pues la oración es el lazo que une el alma con Dios, fuente de toda energía espiritual, con un amor inefable. El que se esfuerza en perseverar en la oración es inflamado por el divino amor y el ardiente deseo de Dios y recibe la gracia de la perfección santificante del Espíritu. El mismo apelativo «monje» significa, según «Macario», que el que lo lleva «invoca a Dios en una oración incesante a fin de purificar su espíritu de los pensamientos numerosos e importunos y para que su espíritu llegue a ser monje en sí mismo, solo ante el verdadero Dios».

Monacato docto y monacato simple están de acuerdo en otorgar a la oración y la contemplación un lugar incomparable, único, en el ideal y en la vida del monje, y no se cansan de tejer sus elogios. Serapión de Thmuis ve la esencia de la vocación monástica en el desprendimiento de todas las cosas de este mundo a fin de vivir plenamente para Dios y con Dios: el monje tiende las manos sin cesar a él, pues su único oficio es el de orar sin interrupción. Rufino de Aquilea no duda en poner en labios de Juan de Licópolis esta doctrina: «La tarea principal del monje consiste en ofrecer a Dios una oración pura, sin tener nada que le reprenda en la conciencia». El viejo Palamón ense-

ñó al joven Pacomio que «la oración es la madre de todas las virtudes». Marcos el Ermitaño dará un paso más, y escribirá que «la práctica de los mandamientos está contenida enteramentte en la oración, pues no hay nada que supere el amor de Dios». Es una frase que arroja mucha luz sobre las relaciones entre contemplación y caridad. De hecho, para los antiguos, la oración contemplativa, en cuanto pone a contribución de un modo muy perfecto la caridad derramada en el corazón humano por el Espíritu Santo, es la fuente de todas las buenas obras y las contiene eminentemente en sí misma.

De todo esto se deduce que la oración, la contemplación, es el fin de la vida monástica. Los mónjes buscan a Dios con el propósito de hallarle y permanecer estrechamente unidos a él por el íntimo lazo de la oración perfecta. Aspiran, como leemos en Casiano, a que «el alma se halle tan libre del peso de la carne, que suba todos los días hacia las alturas de las realidades espirituales hasta que toda su vida y los movimientos del corazón se conviertan en oración única e ininterrumpida».

El ideal: la oración continua

«Levantaos y saludad a los monjes para que os bendigan, pues hablan continuamente con Dios y sus bocas son santas». Estas palabras que dirigió a unos seglares uno de los padres del yermo, más que una realidad común en los desiertos y cenobios de la antigüedad, revelan el ideal que los monjes se proponían alcanzar a toda costa. La doctrina es firme y universal. Ya hemos leído algunos textos bien claros de Casiano y Macario. Evagrio Póntico escribe: «El que ama a Dios, conversa siempre con él como con un padre». Es la *parrhesía* en perpetuo ejercicio; pero, además, el verbo «conversar» tiene aquí un sentido mucho más extenso y profundo que el de hablar con otro; no se trata, en efecto, de pronunciar palabras, ni siquiera de palabras interiores, sino de una unión, de una comunión habitual. En otro lugar aconseja el propio Evagrio: «Ora sin interrupción y acuérdate de Cristo, que te ha engendrado». Los padres del yermo, «especialistas de la oración continua», la recomiendan con frecuencia.

En los mismos orígenes del monacato vemos que sus maestros en el ascetismo dieron al joven Antonio esta consigna, que él transmitió a sus propios discípulos. En la carta *Ad filios Dei*, atribuida a San Macario de Egipto, la constancia en la oración —*orationis instantia*— aparece ya en el primer tramo de la ascensión espiritual; a medida que el monje va creciendo en virtud y pureza de corazón, su oración aumenta en perfección, hasta que, llegado a las cumbres, vive unido habitualmente con Dios. San Epifanio, obispo de Salamina y anteriormente monje en Palestina, dijo: «El monje auténtico debe tener sin cesar en su corazón la oración y la salmodia». El testamento que el santo *apa* Benjamín dio a sus discípulos fue un texto de San Pablo a los tesalonicenses: «Estad siempre gozosos. Orad sin cesar. Dad gracias en todo». Nada recalca tanto el santo abad de Lérins, Porcario, a lo largo de sus *Avisos*, como la perseverancia en la oración: «Si es posible, habla siempre con el Señor. Nada antepongas a la oración durante todo el día... Haz verdaderamente lo que haces en silencio, paciencia y oración», etc. Citar todos los textos que inculcan la oración sin intermisión sería prácticamente imposible.

Los monjes antiguos, según todas las apariencias, se hallaban como fascinados por el ideal de la oración continua. ¿Por qué? Sin duda, porque también ellos, como todo hombre, querían ser felices, y cifraban su felicidad en el trato asiduo, íntimo y amoroso con Dios. Pero también, y sobre todo, porque leían en su Biblia frases muy claras y perentorias sobre este particular, especialmente en el Evangelio: «Es preciso orar en todo tiempo y no desfallecer»; y en San Pablo: «Orad sin cesar». Este mandamiento del Apóstol halló en el monacato primitivo una resonancia enorme, maravillosa. Nuestros monjes se esforzaron sinceramente por cumplirlo; pocos problemas pudieron interesarles más vivamente...

«Hesychía»

Los monjes, decididos a seguir a rajatabla el ideal de la oración que Evagrio Póntico formuló tan felizmente —dejarlo todo

para obtenerlo todo—, abrazaron la *hesychía*. Más aún, como nota pertinentemente C. Lialine, «todo monje oriental debía tender a la *hesychía*, conforme al canon cuarto del concilio de Calcedonia» (DS 4, 937). En Occidente tuvo asimismo la *hesychía* fervorosos partidarios, Casiano en primerísimo lugar.

¿Qué es la *hesychía*? —Por *hesychía* se entiende no solamente la oración, sino más bien un conjunto de cosas que hacen posible la *vida de oración*. Porque la *hesychía*, en fin de cuentas, es el amor, efectivo y convertido en género de vida, de silencio y soledad en orden a alcanzar la verdadera oración y la auténtica contemplación. Es llevar la lucha por la oración hasta el último extremo.

«Cuando yo vivía en el estado monástico —escribe el obispo Teodoreto de Ciro—, a todos los bienes de la tierra prefería la *hesychía*». «Ante todo, sed amigos de la *hesychía*», leemos en una carta del gran hesicasta que fue San Arsenio. Las recomendaciones, los elogios de la *hesychía*, son frecuentes y entusiastas en nuestros autores.

Hesychía, en los textos monásticos, suele tener dos sentidos principales, como hemos visto. A veces designa un estado de vida; otras, un estado de alma. Hay, por tanto, dos clases de *hesychía:* una física y otra espiritual.

La primera tiene por objeto la obtención de la segunda, y consiste esencialmente en separarse del «mundo», esto es, del conjunto de las pasiones; como éstas radican en el hombre, es preciso abandonar la sociedad de los hombres. Una vez fuera del mundo, el monje debe permanecer fiel a la soledad, al silencio, a la tranquilidad, a la paz. Todo esto va incluido en el concepto de *hesychía* como estado de vida. Justamente escribe San Jerónimo que el verdadero monje se distingue no por sus discursos y correteos, sino por su silencio y estabilidad: *non loquendo et discursando, sed tacendo et sedendo.*

El monje cenobita puede realizar de algún modo el ideal de vivir apartado en soledad, silencio y paz. Para él, «separarse del mundo», vivir «sin ciudad, sin casa, sin bienes, sin amistades, sin posesiones, sin medios de subsistencia, sin negocios, sin contratos, sin deseos de instruirse en ciencias humanas, pronto a recibir en el corazón las huellas que imprimen las divinas lecciones»,

como escribe San Basilio, no puede ser una pura utopía, un ideal enteramente fuera de su alcance. Viviendo en la «secreta morada del monasterio», puede realizar «sin gran distracción» lo que se canta en el salmo: «Reposad y ved que yo soy Dios». Sin embargo, es muy revelador que los antiguos tuvieran la tendencia de equiparar *anachóresis* y *hesychía*, como puede verse en textos de Gregorio de Nacianzo, Gregorio de Nisa, Teodoreto de Ciro, el Pseudo-Areopagita, etc., y que no dieron el nombre de hesicastas sino a los solitarios, hasta convertirse «hesicasta» en sinónimo de «anacoreta». Esto indica claramente que, según ellos, sólo en la soledad de la ermita es posible realizar plenamente la *hesychía* del cuerpo. Los anacoretas buscaban con tanto ardor la *hesychía* espiritual, que abrazaban plenamente la corporal por muy penosa que fuera; huían incluso de los otros monjes, porque éstos, al fin y al cabo, también eran hombres.

La *hesychía* del alma —entraña de la espiritualidad monástica oriental— está basada en una profunda convicción: «El monje, por vocación, está consagrado exclusivamente a perseguir la unión con Dios por la oración, la cual presupone el desprendimiento total, la perfecta purificación, la renuncia a todo lo que podría retardar su ascensión espiritual». La *hesychía* espiritual es «esa paz, esa tranquilidad del alma libre de las aspiraciones desarregladas que la dispone a la contemplación, acto supremo de la vida ascética». La *apátheia*, que Macario considera como «el verdadero *sabbat* y el verdadero reposo del alma que está vacía y purificada de todos los *logismoi* de Satán y descansa en una perpetua paz y alegría del Señor», constituye uno de sus aspectos esenciales; otro, la *amerimnia*, la total carencia de cuidados temporales, el perfecto desprendimiento evangélico; otro, ya mencionado en el texto de Macario, la *anapausis*, término muy frecuente en la literatura ascética antigua, que puede traducirse por «reposo», «descanso», «refrigerio», y que a veces se usa para designar la perfección espiritual y el estado de oración; otro, finalmente, la «pureza»: «pureza de la vida», «pureza del corazón», «pureza de la contemplación».

El amor y el cultivo del silencio y la soledad, de la tranquilidad y la paz, originaron en Oriente un sistema de espiritualidad en la *hesychía:* el hesicasmo. Pero, por muy entusiastas que fueran sus seguidores, jamás consideraron la *hesychía* como un fin, sino como un medio —un medio excelente ciertamente— para llegar al objetivo: la unión con Dios por la oración perpetua. Es un fin magnífico que, sin duda, tenía presente San Efrén cuando dedicaba a los hesicastas estos macarismos:

> «Bienaventurado aquel cuyo corazón está lleno de paz...
> Bienaventurado aquel que permaneció tranquilo en el silencio.
> Bienaventurado aquel que fue quieto y manso...
> Bienaventurado aquel que permaneció solitario en casa».

Formas inferiores de oración

La oración, la contemplación, ocupaba un lugar incomparable en la espiritualidad del monacato primitivo. El ideal de las primeras generaciones de monjes cristianos fue el cumplimiento exacto del precepto de orar continuamente. Esto queda muy claro. Sin embargo, profundizar en el estudio de la oración tanto en la vida como en los escritos de los monjes antiguos es realmente difícil, como nota pertinentemente I. Hausherr. Entre los principales escollos con que se choca hay que señalar, ante todo, el hecho de que los monjes se retiraron al desierto o se encerraron en sus cenobios no para llamar la atención o redactar su diario espiritual, sino para esconderse y para que el mundo los olvidara. Si algo sabemos de sus prácticas externas, pese a sus esfuerzos por ocultarlas, es porque las «virtudes somáticas» son visibles por naturaleza. Pero, ¿cómo penetrar en sus almas y enterarnos de su actividad más recóndita si ellos no nos abren la puerta? Cierto, saber cómo oraron los padres es una cosa muy ardua. Pero tampoco es fácil entender bien sus enseñanzas sobre la oración. Su terminología constituye a veces una verdadera cruz para los intérpretes. En efecto, las voces

equivalentes a «oración» en sus lenguajes griego, copto, siríaco o latino pueden servir igualmente para designar la oración litúrgica o común y la oración privada, la oración de petición hecha en voz alta y la oración callada y secreta del alma que se comunica con su Dios, la forma más elemental de plegaria y el más alto grado de contemplación. Determinar en cada pasaje el sentido exacto que tiene el vocablo, presenta no poca dificultades y a veces es problemático o enteramente imposible.

Evidentemente, los monjes antiguos conocieron todas las formas de oración y se ejercitaron en ellas. Sus maestros espirituales, en particular Evagrio y Casiano, les explicaron asimismo que, según San Pablo, la oración puede revestir cuatro expresiones principales. Casiano se ha explicado largamente sobre ellas, pues, como dice por boca de *apa* Isaac, «no podemos suponer que San Pablo hiciera esta división cuatripartita sin una buena razón». Escribe Pablo a Timoteo: «Ante todo, te ruego que se hagan peticiones, oraciones, súplicas y acciones de gracias». Y Casiano explica:

> «La petición es el grito, la plegaria que pide perdón por los pecados...
>
> Las oraciones son actos por los cuales ofrecemos o dedicamos alguna cosa a Dios. En griego se llama *euché*, es decir, 'voto'...
>
> En tercer lugar vienen las súplicas, que solemos hacer también por los otros cuando sentimos el fervor espiritual...
>
> En cuarto lugar están las acciones de gracias que el alma ofrece a Dios en medio de transportes inefables, sea cuando recuerda los beneficios que de El recibió en el pasado, sea cuando contempla los presentes, sea cuando dirige su mirada hacia el futuro y la posa en los infinitos bienes que prepara a quienes le aman...»

Esta clasificación, que se inspira inmediatamente en Evagrio Póntico, es un poco artificial, como reconoce el propio Casiano, y no abarca todas las posibilidades, ni mucho menos. Estamos en

un dominio inmenso, cuyas riquezas no tienen fin, pues «hay tantas clases de oración cuantas son las almas». Sin embargo, los cuatro géneros mencionados son muy reales y pueden servir de punto de partida para elevarse hasta los grados superiores de oración, como apunta Casiano: «De estos cuatro géneros se originan otras oportunidades de oración más sustancial», que a veces adquiere los más puros quilates de fervor y pureza.

Propiedades de la oración

Si es verdad que, según las apariencias, para muchos solitarios la vida de oración consistía sobre todo en rezar muchas oraciones, no es menos cierto que los maestros espirituales del monacato primitivo insisten fuertemente en que la oración, para merecer este nombre, debe ser verdadera, esto es, auténtica comunicación personal del hombre con Dios. Como advierte Evagrio Póntico, «la excelencia de la oración no consiste en la simple cantidad, sino en la cualidad, lo que prueban los dos [hombres] que subieron al templo y además estas palabras: 'Vosotros, cuando oréis, no disparatéis', y lo que sigue».

Evidentemente, una oración que se derrama en mera palabrería ya no sería pura; no sería ni siquiera oración. De ahí el aprecio extraordinario en que el monocato primitivo tuvo esas plegarias breves, a veces brevísimas, pero extremadamente intensas, conocidas por el nombre de «jaculatorias». Ya San Agustín participaba a Proba que «los hermanos de Egipto se ejercitan en oraciones frecuentes, pero muy breves y como lanzadas en un abrir y cerrar de ojos, para que la atención se mantenga vigilante y alerta y no se fatigue ni embote con la prolijidad, pues es tan necesaria para orar». Los padres del yermo —dice Casiano— piensan que son más útiles las «oraciones cortas, pero muy frecuentes», por dos razones: la primera, porque orando tan a menudo se está en contacto continuo con Dios, y la segunda, porque con la brevedad se evitan los dardos que el diablo suele disparar cuando oramos.

Las mismas distracciones, ¿no son obra del Tentador, que no puede sufrir que el monje ore? En fin de cuentas, la oración no

debe prolongarse para que sea verdaderamente pura. Para dirigirse a Dios basta una frase, una exclamación, un versículo de un salmo. Unos hermanos preguntaron a *apa* Macario: «¿Cómo se debe orar?» El anciano respondió: «No es preciso hacer grandes discursos; basta levantar las manos y decir: 'Señor, como lo quieres y sabes, ten piedad'. Y si el combate se prolonga: 'Señor, ayúdame'. El sabe lo que necesitamos, y tiene compasión».

San Antonio, San Arsenio, San Macario de Egipto, Evagrio Póntico, Ammonas y tantos otros padres, insignes o no, doctos o no, practicaron y recomendaron las oraciones breves, pero puras, intensas, frecuentes y perseverantes. Algunos monjes se pasaban el día, el año y aun la vida repitiendo con frecuencia una misma frase, tomada o sugerida por la Biblia las más de las veces. Ya sabemos, por ejemplo, cómo *apa* Apolo de Escete decía sin cesar: «He pecado como hombre; tú, como Dios, ten compasión de mí». Era la insistencia en llamar a la puerta de que habla el Evangelio. Y conseguían lo que pedían, aunque a veces les costara más de treinta años. Sisoes, el solitario, pasó tan largo lapso de tiempo suplicando: «Señor Jesús, ampárame contra mi lengua». La literatura referente al monacato primitivo está llena de ejemplos de esta clase.

En el famoso capítulo 10 de la colación X, uno de los más largos de la obra y, sin disputa, el más elocuente, Casiano ha entonado las alabanzas de una de esas fórmulas cortas de oración usada por los monjes antiguos. El abad de Marsella no ha falseado en modo alguno las enseñanzas de sus maestros del desierto, atribuyéndoles sus propias ideas acerca de la excelencia, el uso y la eficacia de las jaculatorias. Todo el mundo estaba de acuerdo en que la continua repetición de una invocación breve, pero intensa, que recordara al monje su condición de pecador, de criatura desvalida, y expresara al mismo tiempo su inmensa confianza en la bondad salvadora y santificadora de Dios, era una ayuda inapreciable en el camino de la virtud y aun una excelente preparación a recibir el don gratuito de la contemplación. Nada como este ejercicio, pensaban, para establecer al hombre en la humildad, simplificar y unificar su vida espiritual, mantenerle en la presencia de Dios y en su amor. La tradi-

ción oriental posterior preferirá la llamada «oración de Jesús»: «Señor Jesús, Hijo de Dios, ten piedad de mí, pecador»; Casiano, entre los centenares de fórmulas que tendrían sus entusiastas en el mundo monástico, escogió y alabó con singular fervor y comunicativo entusiasmo el primer versículo del salmo 70: «¡Oh Dios!, ven a librarme. ¡Oh Señor!, ven aprisa a socorrerme». *Apa* Isaac, en cuyos labios pone Casiano sus dos grandes conferencias sobre la oración y contemplación, declara que esta fórmula constituye una enseñanza esotérica, un secreto que le comunicaron «unos pocos de los padres más ancianos que quedaban», y que éstos reservaban sólo para «los poquísimos que suspiraban por el verdadero camino». Es una «fórmula de piedad» que excita en el hombre toda suerte de buenos sentimientos, un arma contra toda clase de tentaciones, una medicina contra todas las enfermedades del alma, una ayuda inapreciable para mantener vivo el recuerdo de Dios y sostener una oración en todos los momentos. En una palabra, la maravillosa fórmula es útil para todo. Es imposible recomendar una cosa con más calor del que pone Casiano en estas páginas, reveladoras, con toda probabilidad, de una auténtica y maravillosa experiencia espiritual.

En el capítulo siguiente explica Casiano con alguna detención cómo la incomparable fórmula, fielmente usada por el monje, le conduce a «la más pura de las oraciones puras»; una oración que no se ocupa de la consideración de imagen alguna ni se expresa con palabras, sino que brota con la intensidad de una chispa, un transporte inefable, un ímpetu espiritual insaciable. «Arrebatada a los sentidos y a todo lo visible, el alma se dirige a Dios con suspiros y gemidos inenarrables».

A estas alturas místicas conduce, según Casiano, su *formula pietatis*. Pero nosotros no podemos pararnos en ellas. Prosiguiendo nuestro análisis de los principales rasgos de la oración tal como fue concebida y practicada por los monjes antiguos, señalemos otra característica: la perseverancia. Perseverancia no sólo en la oración, sino en un tipo especial de plegaria. El *Deus in adiutorium* de Casiano es un ejemplo notable de ello. Ammonas rogó día y noche durante catorce años para que le fuera

concedido llegar a dominar la pasión de la ira. Ya hemos visto que Sisoes pidió insistentemente por espacio de treinta años: «Señor Jesús, ampárame contra mi lengua». El santo *apa* Teodoro pasó en ferviente oración siete días con sus noches pidiendo a Dios la explicación de un pasaje bíblico, hasta que el Señor se la reveló. Son casos notables de perseverancia en la oración, pero no extraordinarios en el mundo monástico primitivo. Aquellos hombres eran así de tenaces. Su fe no tenía límites. *Apa* Sisoes, al enterarse de que su discípulo Abrahán había sucumbido a una tentación, «se levantó, extendió las manos al cielo y dijo: '¡Oh Dios!, no te dejaré, quieras que no, hasta que le hayas sanado'. Y en seguida el discípulo sanó». Dios sabía que el santo anciano cumpliría su amenaza, y se apresuró a complacerle. Casiano enseña, de acuerdo con la Sagrada Escritura, que «las oraciones son escuchadas por diferentes razones, según las diferentes condiciones de las almas que oran»; pero no ignora que, sin poseer otro título, basta al hombre ser perseverante en su oración para obtener lo que pide.

Otro aspecto de la oración del monacato primitivo que no puede descuidarse en modo alguno son las lágrimas. La oración acompañada de lágrimas gozaba de un prestigio incomparable. Y se comprende. ¿No constituye acaso la compunción, la «compunción del corazón», uno de los tesoros más estimados de las primeras generaciones monásticas, hasta el punto de hacer de ella el ambiente normal en que transcurría su vida? Su oración, por lo tanto, no podía menos de estar profundamente marcada por este sello que la autenticaba. Justamente ha notado un buen conocedor de la espiritualidad oriental que los monjes influyeron de un modo decisivo en dar un nuevo rumbo a la oración cristiana. En efecto, la oración de los cristianos había consistido hasta entonces sobre todo en una petición de socorro o de protección. La piedad cristiana parecía mirar hacia el porvenir. Esta tendencia subsistirá, aunque menos aparente, entre los monjes. Pero éstos se dejarán influenciar sobre todo por el sentimiento de compunción, por el *penthos*, por la *catanyxis*, y llorarán sus pecados y multiplicarán las letanías pidiendo perdón a Dios. Se diría que miran más hacia el pasado, aunque sólo con el fin de

prepararse un porvenir mejor. Claro que no debe exagerarse la diferencia, pero es preciso admitir que los monjes trasladaron el acento de un lugar a otro en materia de oración. ¿Por qué? El influjo de Orígenes, ciertamente, debió de pesar bastante; pero sobre todo fue determinante la influencia del ambiente general de los nuevos tiempos, los que siguieron a la paz de la Iglesia. Efectivamente, este cambio no ocurrió desde los mismos orígenes del monacato. La *Vida de San Antonio* es muy diferente, desde este punto de vista, de las enseñanzas y prácticas de San Arsenio y sus émulos, aunque todos tiendan y lleguen a un mismo fin. La misma diferencia existe entre Afraat y Efrén, separados tan sólo por unos lustros de distancia. Evagrio Póntico recomendó vivamente la oración penetrada de compunción:

> «¡Oh Dios, ten piedad de mí, pecador! ¡Oh Dios, perdóname mis ofensas! ¡Señor, purifícame de mi iniquidad, porque es grande! ¡Oh Creador mío, ten piedad de mi flaqueza! ¡Oh mi Señor y Autor, perdóname! Tus manos obraron en mí y me plasmaron; no dejes que perezca. Señor, que me formaste en un seno tenebroso y me hiciste salir a la luz de tu bondad, haz que salga de las tinieblas odiosas a la luz de tu conocimiento. Puesto que he salido del mundo, haz que no me embarace de nuevo en sus negocios. Puesto que deseché su concupiscencia, haz que no me manche de nuevo con ella. Ya que aparté de él mi rostro, haz que no me ponga a mirarle de nuevo. He abandonado mi heredad, he despreciado el afecto de mis amigos, he rechazado todas las cosas: es hacia ti hacia donde quiero ir. Pero se me han presentado mis pecados y me han hecho tropezar. Ladrones me asaltaron desde su emboscada para cogerme. Los deseos se yerguen contra mí como las olas del mar. Señor, no me abandones, antes bien envía a alguien de lo alto y líbrame, arráncame, retírame del mar de los pecados. Tengo una gran deuda de diez mil talentos y hasta hoy no he pagado nada; ten paciencia conmigo y te lo devolveré

> todo. No renegaré de tu amor, pues eres tú quien me ha formado de la tierra, quien extiende su mano sobre mí y me guarda».

Y Evagrio añade a renglón seguido: «Esto es lo que hay que meditar durante la oración». Es decir, tales son los sentimientos de compunción que deben llenar el corazón del monje para que su oración sea pura, sincera, agradable a Dios.

En otro lugar, el mismo maestro de espiritualidad aconseja: «Sírvete de las lágrimas para tener éxito en todas tus peticiones, pues tu Señor se complace en aceptar una oración acompañada de lágrimas». Más aún: «Al principio de la oración esfuérzate por derramar lágrimas y tener compunción, a fin de que toda tu plegaria sea fructífera». Pero este texto de Evagrio no significa que las lágrimas proceden siempre de un esfuerzo. El mismo Evagrio escribe en otro lugar: «Cuando vertieres fuentes de lágrimas en tu oración, no te ensoberbezcas interiormente; tu oración, simplemente, ha recibido un socorro para que puedas confesar con generosidad tus pecados y aplacar al Señor con tus lágrimas». Las lágrimas que realmente cuentan en la oración son una gracia de Dios. Marcos el Ermitaño enseña algo parecido a lo que acabamos de leer en Evagrio: «No te engrías porque derramas lágrimas en tu oración: Cristo toca los ojos de tu corazón y te ha hecho ver interiormente».

No eran meras teorías. Numerosísimos textos nos hablan de monjes que realmente lloraban de compunción mientras oraban. He aquí un ejemplo: «Cuando Hipacio oraba, sentía compunción y lloraba, y clamaba a Dios tan fuertemente, que nosotros, derramando lágrimas, nos llenábamos de un miedo sagrado».

San Hipacio, como se entrevé por el texto que acabamos de leer, oraba en voz alta, al menos algunas veces. Ya hemos indicado que esto ocurría con frecuencia en el mundo monástico de la antigüedad; incluso, según todos los indicios, era lo más corriente. Algunos maestros inculcaban insistentemente la conveniencia de orar sin palabras, en secreto, de manera que así como la oración vocal es un elemento característico de la práctica monástica, así la secreta o interior lo es, sobre todo, de la

teoría. Casiano, como de costumbre, nos resume la doctrina de sus maestros del desierto sobre este particular cuando escribe que debemos tener particular interés en seguir el precepto evangélico de entrar en nuestra habitación y cerrar la puerta para hablar con nuestro Padre. Oramos con la puerta cerrada cuando, «sin abrir los labios y en un silencio perfecto, suplicamos a aquel que no hace caso de las palabras, pero mira los corazones».

Es cierto que los monjes no descubrieron que la quietud nocturna constituye el ambiente ideal para la oración, pues de antiguo se consideró las horas de la noche como las más propicias. Mucho antes de la aparición del monacato, Hipólito aconsejaba a todo buen cristiano:

> «A mitad de la noche, abandonando la cama, levántate y ora. Los antiguos nos han transmitido esta costumbre. A esta hora todo el universo descansa, bendiciendo a Dios. Las estrellas, los árboles y las aguas parecen inmóviles. Todo el ejército de los ángeles cumple su ministerio con las almas de los justos. Así, los creyentes oran a esta hora».

Se apropiaron los monjes esta manera de pensar, y la oración nocturna se convirtió en una de las características de su vida y espiritualidad. Los textos que nos lo certifican son numerosos. He aquí uno del gran San Basilio escribiendo a su amigo Gregorio de Nacianzo desde su retiro de orillas del Iris:

> «Lo que es para los otros el alba, debe ser la media noche para los que se ejercitan en la piedad, pues es sobre todo la tranquilidad de la noche lo que conviene al alma, cuando ni los ojos ni los oídos hacen penetrar hasta el corazón las palabras y los espectáculos perjudiciales, y el espíritu, solo y recogido, se une con Dios...»

La tradición antigua es unánime sobre este punto de la oración nocturna. Casiano, por citar otro ejemplo, nos cuenta esta